

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kuantitas seorang bayi dapat dinilai dari proses tumbuh kembang. Proses tumbuh kembang merupakan hasil interaksi faktor genetik dan lingkungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Saat tidur, pertumbuhan fisik dan otak bayi terpacu karena hormon pertumbuhan dikeluarkan saat bayi tidur dan memberikan kesempatan tubuhnya meningkatkan proses metabolisme (Kusuma, 2016).

Widuri (2011) tidur adalah suatu keadaan relative tanpa sadar yang penuh ketenangan tanpa kegiatan yang merupakan urutan siklus yang berulang-ulang dan masing-masing menyatakan fase kegiatan otak dan badaniah yang berbeda.

Kusuma (2016) menyatakan 25 sampai 30 persen bayi mengalami masalah tidur. Masalah tidur yang sering pada bayi seperti gangguan tidur yang tidak sesuai, dengan gejala bangun malam hari biasanya terjadi pada bayi sehat yang berusia di bawah 5 bulan, dengan gejala menangis, iritabel hingga lebih dari 3 jam selama kurang lebih tiga hari berturut-turut.

Pada Abdurrahman (2015) berdasarkan data WHO tahun 2012 yang tercantum dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33% bayi mengalami

masalah tidur. Di Indonesia sendiri, angka kejadian bayi yang mengalami masalah tidur cukup banyak, yaitu sekitar 44,2 % bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun sekitar lebih dari 72 % orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil, hal tersebut seperti yang diungkapkan oleh sebuah penelitian Sekartini (2006), yang dilakukan di 5 kota yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Palembang, dan Batam dengan jumlah responden 385 orang, diperoleh data 51,3 % bayi mengalami gangguan tidur, 42 % jam tidur malamnya kurang dari 9 jam, terbangun pada malam hari lebih dari satu jam.

Potter & Perry dalam Warsini (2016) menyatakan bahwa setengah dari seluruh waktu tidur bayi digunakan untuk tidur aktif atau tidur tahap *Rapid Eye Movement* (REM). Para ahli pediatrik mengatakan, tidur aktif ini penting bagi bayi untuk membangun sirkuit otak. Saat tidur, otak bayi justru lebih aktif daripada saat terjaga. Bayi butuh banyak tidur untuk mengembangkan otot, tangan, dan kaki serta struktur kerangka tubuhnya.

Handayani (2012) menyatakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan tidur bayi adalah dengan pemijatan. Bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun daya konsentrasinya akan penuh.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Warsini (2016) diketahui bahwa rata-rata lama tidur bayi yang diberi pemijatan adalah 11 jam dan paling lama 18 jam dengan rata-rata tidur adalah 15,90 jam per

hari. Rata-rata lama tidur ini lebih tinggi dari teori yang ada karena menurut Potter dan Perry (2010), pola tidur normal pada bayi yaitu biasanya beberapa kali tidur siang, namun tidur rata-rata selama 8 sampai 10 jam di malam hari dengan waktu tidur total 15 jam setiap hari.

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di posyandu balita Kelurahan Jajar Kecamatan Laweyan Kota Surakarta. Dari salah satu ibu bayi yang dilakukan observasi diperoleh informasi bahwa jumlah bayi sebanyak 15 bayi. Terkait pola tidur bayi 80% bayi yang dilaporkan mengalami masalah ketika tidur dan 20% bayi disebabkan bayi sering terbangun ketika malam hari.

Berdasarkan hal diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang”Penerapan pijat bayi terhadap lama tidur pada bayi”

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan pijat bayi terhadap lama tidur pada bayi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum :

Mendiskripsikan hasil penerapan pijat bayi terhadap lama tidur bayi

Tujuan Khusus :

1. Mendiskripsikan hasil pengamatan lama tidur bayi sebelum dilakukan penerapan pijat

2. Mendiskripsikan hasil pengamatan lama tidur bayi sesudah dilakukan penerapan pijat
3. Menganalisa perbedaan lama tidur bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Masyarakat : membudayakan pengelolaan pasien dengan gangguan pola tidur secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi keperawatan :
 - a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan pijat bayi dalam memberikan asuhan keperawatan pada bayi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan pijat bayi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Penulis memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan ditatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan pijat bayi terhadap lama tidur pada bayi.